

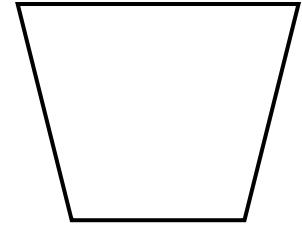
令和7年度

ランチタイムだよ!



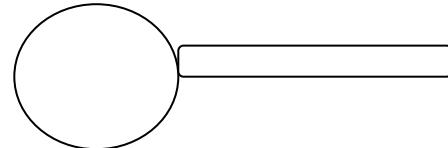
★ 12月9日(火) のもりつけ

なしじりー



ビビンバ

キムチスープ



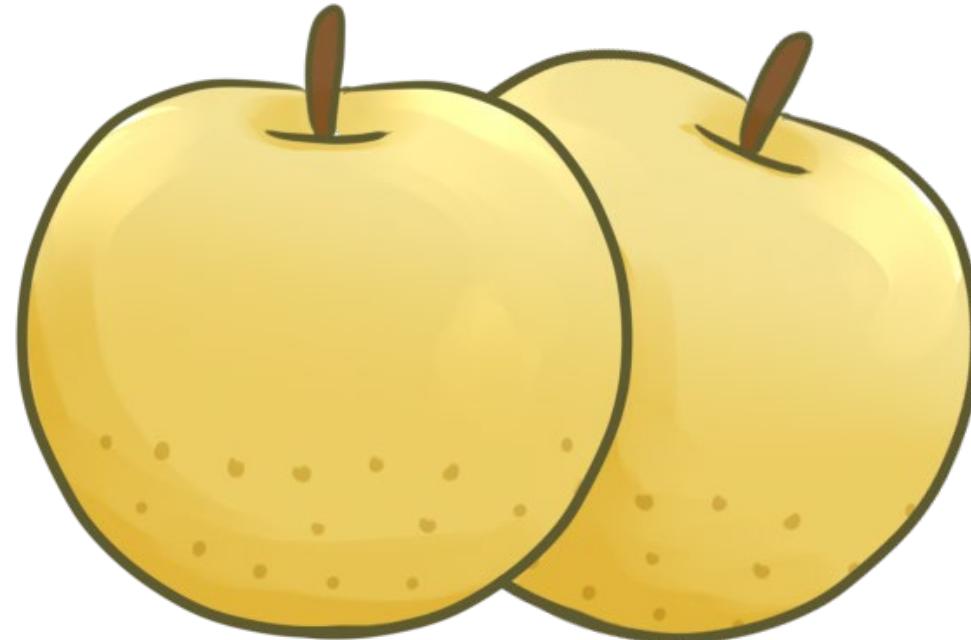
★ 12月9日(火) の献立

ビビンバ

キムチスープ

なしじ
梨ゼリー

ぎゅうにゅう
牛乳



今日は「梨」についてのおはなしです。

梨は、皮の色で「赤梨系」と「青梨系」にわけられます。

多く作られているのは赤梨です。

梨は、弥生時代から食べられてきた馴染みの深い果物です。

日本では梨を生で食べますが、韓国では甘味や肉をらくするはたらきを利用してプルコギなどの料理で使われています。

梨は食物繊維も豊富で、おなかの調子を整えるはたらきがあります。

今日もよく噛んで味わっていただきましょう。